

JANUARY 2026

REMINDERS:

THIS MARK: ➤ INDICATES IN PERSON CLASS.

PLEASE SIGN UP FOR AGE-APPROPRIATE CLASSES TO QUALIFY FOR COUPONS.
POR FAVOR INSCRÍBASE EN CLASES SEGÚN LA EDAD DE SU HIJO PARA RECIBIR CUPONES.



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
			1 HOLIDAY <i>Happy New Year!</i>	2 ➤ PRENATAL (3 PART SERIES) CHILDBIRTH EDUCATION PART 1 YOUNG/TEEN MOTHERS AT 4PM -6PM	3
5 ➤ PRENATAL/PARENTING STRETCH/STRENGTHEN AT 10:30AM ➤ PARENTING INFANT MASSAGE& BRAIN DEVELOPMENT AT 5 PM ➤ PARANTAJ -WHAT I DID I LEARNED/CHANGES KISA MWEN APRANN / CHANGMAN- 5:30PM	6 ➤ PARENTING DADS CHAMPIONING MOM, BABY & BEYOND (PART 1) 5:30 PM-7PM (3 PART SERIES) ➤ CRianza : (PARTE 1) RESOLUCIONES DE AÑO NUEVO EN PERSONA A LAS 5: 30 PM	7 ➤ CRianza : (PARTE 2) RESOLUCIONES DE AÑO NUEVO EN PERSONA A LAS 5: 30 PM	8 ➤ PRENATAL : KIMBERLY DESARROLLO DE 0-6 MESES EN PERSONA A LAS 5:30PM ➤ PRENATAL : BODY CHANGES IN PREGNANCY - CHANGMAN NAN KOW PANDAN OU ANSENT- 12PM. ➤ PARANTAJ -WHAT I DID I LEARNED/CHANGES-KISA MWEN APRANN / CHANGMAN- 5:30PM	9 ➤ PRENATAL : CHILDBIRTH EDUCATION PART 2 YOUNG/TEEN MOTHERS AT 4PM- 6PM	10 ➤ PRENATAL : BREASTFEEDING MADE SIMPLE IN PERSON FROM 10AM-12PM
12 ➤ PRENATAL/PARENTING STRETCH/STRENGTHEN AT 10:30AM ➤ PARENTING NEW YEAR NUTRITION AT 12PM ➤ PARANTAJ - MY PLAN ?/ KI PLANM?- 5:30PM	13 ➤ PARENTING : DADS CHAMPIONING MOM, BABY & BEYOND (PART 2) 5:30-7PM ➤ CRianza : (PARTE 1) NIÑOS PEQUEÑOS- COMO TRATAR LOS MALOS COMPORTAMIENTOS EN PERSONA A LAS 5:30 PM	14 ➤ CRianza : (PARTE 2) NIÑOS PEQUEÑOS - COMO TRATAR LOS MALOS COMPORTAMIENTOS EN PERSONA A LAS 5:30 PM	15 PADRES FUERTES CON SEBASTIAN- EL DESARROLLO DE 0-6 MESES EN GOOGLE MEETS A LAS 6PM ➤ PRENATAL : NUTRITION WHILE PREGNANT - JAN POU MANJE PANDANV ANSENT AT 12PM ➤ MY PLAN ?/ KI PLANM?- 5:30PM	16 ➤ PRENATAL : CHILDBIRTH EDUCATION PART 3 YOUNG/TEEN MOTHERS AT 4PM -6PM	17 ➤ PARENTING : CPR/SAFETY 10AM -12PM
19 ➤ PRENATAL/PARENTING STRETCH/STRENGTHEN 10:30AM ➤ PARENTING -POSITIVE PARENTING 3-5YEAR OLD- 12 PM ➤ PARANTAJ MY NUTRITION PLAN/ NITRISYON KI PLAN MWEN GENYEN- 5:30PM	20 ➤ PARENTING : DADS CHAMPIONING MOM,BABY & BEYOND (PART 3) 5:30-7PM ➤ CRianza : (PARTE 1) NIÑOS PEQUEÑOS MORDER, GOLPEAR, Y BERRINCHES A LAS 5:30PM	21 STRONG FATHERS WITH SEBASTIAN ON ZOOM AT 6 PM ➤ CRianza : (PARTE 2) NIÑOS PEQUEÑOS MORDER, GOLPEAR, Y BERRINCHES A LAS 5:30PM	22 ➤ PRENATAL : CON KIMBERLY-EL DESARROLLO DE 6-12 MESES EN PERSONA A LAS 5:30PM ➤ PRENATAL : DEAL WITH MY EMOTIONS - GERE EMOSYONM AT 12PM ➤ MY NUTRITION PLAN/ NITRISYON KI PLAN MWEN GENYEN- 5:30PM	23 ➤ PRENATAL/PARENTING STRETCH/STRENGTHEN AT 4PM	24
26 ➤ PRENATAL/PARENTING STRETCH/STRENGTHEN 10:30AM ➤ PARENTING IMMUNIZATIONS JUST THE FACTS-12 PM ➤ PARANTAJ -BE THE BEST PARENTS/ VINI PI BON PARAN AVAN-5:30PM	27 ➤ PARENTING : ROUTINES TO EAT, SLEEP AND PLAY TYR-3YR- 5PM ➤ PRENATAL : SOBRE NUTRICIÓN: LOS BENEFICIOS DEL CALCIO EN PERSONA A LAS 5:30PM	28 ➤ CRianza : CLASE DE NUTRICIÓN CON RACHEL DENNIS EN PERSONA A LAS 5:30 PM	29 PADRES FUERTES CON SEBASTIAN-SALUD DE LOS HOMBRES- POR GOOGLE MEETS A LAS 6PM ➤ PRENATAL : UNDERSTAND PREGNANCY - KONPRANN ANSENT- 12PM ➤ PARANTAJ -BE THE BEST PARENTS/ VINI PI BON PARAN AVAN-5:30PM	30 ➤ PRENATAL : BABY CARE 101 4- 6PM	31 ➤ PRENATAL/PARENTING : STRETCH/STRENGTHEN CLASS 10AM



FOR MONTHLY CALENDAR& PLEASE GO TO

[HTTPS://WWW.WOMENSCARECENTER.ORG/_FILES/UGD/3E5420_584AF5AA1A62423D99F
PARENTING CLASSES FB8C9F67ACBF3.PDF](https://www.womenscarecenter.org/_files/ugd/3E5420_584AF5AA1A62423D99FB8C9F67ACBF3.PDF)



Clients are welcome to attend as many classes as they would like but will only earn coupons once per week. Incentives are available as long as the class pertains to the child enrolled in the program.

In-Person Class: Earn 2 coupon + 10 diapers per class- support person is welcome and encourage as long as there is enough space, please check with the teacher. To earn your coupons, please arrive **before** the class begins. Clients arriving 15 minutes or more late will not receive coupons/diapers but are welcome to stay. Please reserve your spot — space is limited to 24 participants per session.

Incentives and free items are redeemable only at the Women's Care Center and are to be used exclusively for the child enrolled in the program.

CLASSES IN CREOLE! (KLAS EN CREOLE)

KLAS POU PARAN

Kliyan yo akeyi pou patisipe nan otan klas yo vle, men yo ap resevwa kupon yon sèl fwa pa semèn. Ankourajman yo disponib depi klas la gen rapò ak timoun ki enskri nan pwogram nan.

Klas an Pèsòn:

Resevwa 2 kupon + 10 kouchèt pou chak klas. Yon moun sipò (akompayan) akeyi epi ankouraje si gen ase plas; tanpri verifye ak pwofesè a. Pou resevwa kupon ou yo, tanpri rive anvan klas la kòmanse. Kliyan ki rive 15 minit oswa plis an reta pap resevwa kupon/kouchèt, men yo ka rete nan klas la. Tanpri rezève plas ou — espas limite a 24 patisipan pa sesyon.

Ankourajman ak atik gratis yo ka itilize sèlman nan Women's Care Center epi yo dwe itilize eksklizivman pou timoun ki enskri nan pwogram nan.

CLASES EN ESPAÑOL

Clase en persona: Gane 2 cupones + 10 pañales por clase (se da la bienvenida a que la persona de apoyo asista, siempre y cuando haya suficiente espacio; por favor, consulte con la maestra). Los clientes son bienvenidos a asistir a tantas clases como deseen, pero solo ganarán cupones una vez por semana.

Clases Virtuales- Google Meet: <https://meet.google.com/xjk-nyzq-mqz> Gana 1 cupón por clase – No se entregan cupones ni pañales adicionales para la persona de apoyo. Por favor, enciende tu cámara. Debe permanecer encendida durante toda la clase. Para recibir tus cupones, por favor llega antes de que comience la clase. Los clientes que lleguen 15 minutos tarde o más, podrán quedarse pero no recibirán cupones. Por favor, reserva tu lugar — el espacio está limitado por sesión.

Los incentivos y artículos gratuitos son canjeables únicamente en el Women's Care Center y deben utilizarse exclusivamente para el niño inscrito en el programa.